

## این ۹ خرافه شایع در دوران بارداری را باور نکنید

بعضی از امروزی‌ها هم معتقدند خسوف، نیشی است که رخ ماه را زده است و اگر زن باردار به آن نگاه کند، همین بلا سر فرزندش می‌آید و به همین دلیل مادر باید همیشه یک سنجاق تیز به لباسش وصل کند تا این بلا دفع شود اما این داستان عجیب هیچ توجیه علمی ندارد و لب شکری شدن به دنبال عوامل پیچیده ژنتیکی و محیطی در افراد بروز می‌کند نه پدیده‌های نجومی آمیخته با خرافات!

تاریخ: ۱۱ خرداد ۱۳۹۳ - ۰۶:۴۵

کد خبر: ۳۳۸۶۰۱



احتمالا تا به حال شنیده‌اید نظراتی مثل این را که اگر شکمت پهن نشده است، حتما پسر دار می‌شوی یا حالا که شکمت پهن شده بچه‌ات دختر است! گاه به قدری این شایعات در نظر مادر قطعی و حتمی جلوه می‌کند که حتی اظهارات پزشک متخصص و جواب انواع آزمایش‌ها و سونوگرافی‌ها هم نمی‌تواند نظر مادر را درباره جنسیت یا سلامتی جنینش تغییر دهد.

این مطلب درباره صحت و سقم ۹ خرافه معروف در زمان بارداری است. خرافه‌هایی که اگر در شرف مادر شدن هستید خوب است بشنوید ولی باورشان نکنید.

**اگر شکمت پهن نشده است، حتما پسر دار می‌شوی یا حالا که شکمت پهن شده بچه‌ات دختر است.**

شاید یکی از بی‌اساسترین باورها در زمینه بارداری تعیین جنسیت جنین باشد که بدون کوچک‌ترین مدرک مستند علمی نسل به نسل و دهن به دهن در بین برخی خانم‌ها می‌گردد. شاید زمانی که سونوگرافی و آمنیوسنتز اختراع نشده بود، حدس درست اطرافیان درباره جنسیت جنین کار خارق‌العاده‌ای به نظر می‌رسید و هر زنی که باردار می‌شد، ابتدا سری به پیشگوی جنسیت می‌زد اما امروزه اثبات شده که تمام تغییرات ظاهری و داخلی بدن مادر در دوران بارداری دلایل علمی دارد و هیچ ارتباطی هم به جنسیت فرزندش ندارد. یادتان باشد که شکل شکم مادر به ماهیت منحصر به فرد او بستگی دارد.

**اگر دست‌هایت را ببری بالای سرت، بند ناف دور سر جنین می‌پیچد.**

حرکات اندام‌های بالایی کوچک‌ترین تأثیری بر اندام‌های میانی و تحتانی ندارد. متخصصان زنان و زایمان به برخی از مادران باردار توصیه می‌کنند که در دوران بارداری به کلاس‌های آمادگی بارداری بروند و تمرین‌های ورزشی مخصوص این دوران را زیر نظر پزشک متخصص انجام دهند. ورزش مناسب برای مادر باردار بسیار مفید است و اگر قرار بود با بالا بردن دست، بند ناف دور گردن جنین بپیچد، الان جمعیت کره زمین این قدر زیاد نبود! البته احتمال پیچیدن بند ناف دور گردن جنین وجود دارد اما این موضوع به وضعیت رحم مادر مربوط می‌شود نه دست‌های مادر.

**اگر به ماه گرفتگی نگاه کنی، بچه‌ات لب شکری یا علامت‌دار می‌شود.**

بعضی از امروزی‌ها هم معتقدند خسوف، نیشی است که رخ ماه را زده است و اگر زن باردار به آن نگاه کند، همین بلا سر فرزندش می‌آید و به همین دلیل مادر باید همیشه یک سنجاق تیز به لباسش وصل کند تا این بلا دفع شود اما این داستان عجیب هیچ توجیه علمی ندارد و لب شکری شدن به دنبال عوامل پیچیده ژنتیکی و محیطی در افراد بروز می‌کند نه پدیده‌های نجومی آمیخته با خرافات!

### **اگر سر دلت می‌سوزد بچه‌ات پر مو می‌شود.**

تعداد فولیکول‌های موی نوزاد شما به ویژگی‌های ژنتیکی‌اش بستگی دارد که از شما و همسران به ارث برده است. سوزش سر دل در دوران بارداری، ناشی از عواملی چون حساسیت بیشتر بافت‌های دستگاه گوارش به هورمون‌های دوران بارداری و فشار رحم به معده است.

### **اگر زیاد میوه نخوری، بچه‌ات موقع به دنیا آمدن کثیف می‌شود.**

خوردن میوه از عادت‌های تغذیه‌ای بسیار خوب و سالم است به خصوص در دوران بارداری، زیرا این گروه خوراکی‌ها مقدار زیادی ویتامین، موادمعدنی و فیبر را به بدنتان می‌رساند اما هیچ ربطی به وجود داشتن یا نداشتن چربی روی بدن نوزاد ندارد. متأسفانه همه انتظار دارند وقتی فرزندشان متولد می‌شود، مثل آن بچه‌های سفید و تپل تبلیغات تلویزیون باشد اما همه نوزادان در بدو تولد با لایه‌ای از چربی محافظ به نام ورنیکس پوشیده شده‌اند.

### **صورتت پف کرده است پس حتما دختر داری؛ یا پهلوهایت بزرگ شده! پس پسر داری.**

اضافه وزن خانم باردار به دلیل وزن جنین، مایع آمنیوتیک و چربی‌هایی است که در بدنش ذخیره می‌شود. اگر چربی‌های خانمی در این دوران به صورت موضعی انباشته شده، حتی اگر باردار نبود و چاق می‌شد، باز هم اضافه وزنش در آن ناحیه بیشتر بود و این قضیه ربطی به جنس بچه ندارد.

### **اگر به فرد زشتی نگاه کنی، بچه‌ات شبیه او می‌شود!**

اول اینکه داشتن صورت زیبا همه چیز نیست! دوم، زشتی یا زیبایی، نسبی و سلیقه‌ای است و سوم اینکه ویژگی‌های وراثتی هر فردی به ژن‌هایی که مادر و پدرش به او بخشیده‌اند، بستگی دارد و بنا به قوانین علم پیچیده ژنتیک، هر بچه‌ای مخلوطی از ژن‌های خانواده مادر و پدرش را بروز می‌دهد.

### **مبادا در دوران بارداری وارد وان حمام شوی! آب وان جنین را مریض می‌کند.**

آب ولرم با دمای ملایم برای مادر باردار بسیار آرامش بخش است به خصوص در ماه‌های پایانی بارداری. بابت مضر بودن آب وان و رسیدن آن به جنین هم نگران نباشید زیرا جنین در پوششی مخاطی در کیسه آمنیوتیکی قرار گرفته است و آب وان به او نمی‌رسد.

### **اگر زیاد شیر و پنیر بخوری سر بچه‌ات جوش سفید می‌زند.**

جوش‌های سفیدی که روی سر بسیاری از نوزادان وجود دارد، ناشی از مقدار زیاد چربی در جمجمه نوزاد است، این جوش‌ها معمول و بی‌خطر است و ایجاد آن‌ها ربطی به میزان لبنیاتی که مادر در طول دوران بارداری مصرف کرده، ندارد. یادتان باشد لبنیات از مهم‌ترین و ضروری‌ترین مواد غذایی برای بدن به ویژه در دوران بارداری است و کلسیم این گروه برای رشد جنین حیاتی و استفاده آن با دستور پزشک مفید است.

